

SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITÀ

16-22 SETTEMBRE 2024

Mobilità a zero emissioni per tutti



Dati della Sorveglianza PASSI - PIEMONTE

Andare a piedi o in bicicletta per gli spostamenti abituali invece di utilizzare i veicoli a motore giova non solo alla nostra salute ma anche all'ambiente: questo si traduce in sostenibilità e miglioramento della qualità della vita nelle città in cui viviamo ma anche cambiamento dei nostri stili di vita.

Quest'anno il tema della **European Mobility Week 2024** è «La condivisione degli spazi pubblici» e invita a scegliere collettivamente come condividere gli spazi pubblici perché tutti si possano muovere in ambienti piacevoli e confortevoli.

La sorveglianza **PASSI** permette di quantificare quante persone, fra gli adulti (18-69 anni), utilizzano la bicicletta o percorrono a piedi l'itinerario per il lavoro, la scuola o per i loro spostamenti abituali e coloro che grazie a questa abitudine raggiungono i livelli di attività fisica raccomandati da OMS per avere benefici sulla salute.

Utilizzare la bicicletta o camminare per spostarsi in città, per almeno 10 minuti consecutivi e per almeno 150 minuti a settimana, può garantire il raggiungimento di questi livelli anche al di là dell'attività fisica praticata nel tempo libero o durante l'attività lavorativa.

Così in base al ricorso alla mobilità attiva le persone possono essere classificate in:



fisicamente attive: raggiungono almeno 150 minuti settimanali percorrendo a piedi o in bici i tragitti abituali, in sessioni di almeno 10 minuti consecutivi



parzialmente attive: usano la bici e/o si spostano a piedi abitualmente, ma non raggiungono i 150 minuti settimanali



non attive: non praticano mobilità attiva o lo fanno per durate di tempo trascurabili



I dati PASSI 2022-2023 del Piemonte mostrano che il 57% dei residenti in Piemonte tra i 18 e i 69 anni pratica mobilità attiva utilizzando la bicicletta (13%) e/o spostandosi a piedi (53%) abitualmente, per una media di 4 giorni a settimana. Chi usa la bicicletta totalizza mediamente 157 minuti settimanali, chi va a piedi 187 minuti.

In Piemonte, il ricorso alla mobilità attiva è maggiore rispetto alla media nazionale e grazie a queste buone abitudini una persona su 3 raggiunge i livelli di attività fisica raccomandati dall'OMS per avere benefici sulla salute.



18-69 anni



Mobilità attiva



in bicicletta



a piedi



attivi



parzialmente attivi



non attivi

	18-69 anni	Mobilità attiva	in bicicletta	a piedi	attivi	parzialmente attivi	non attivi
Piemonte	57	13	53		28	28	44
Italia	41	11	38		19	22	59

Tutti i valori in tabella sono in percentuale



SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITÀ 16-22 SETTEMBRE 2024

Per le persone che vanno in bicicletta o a piedi per almeno 150 minuti a settimana, come raccomandato dalle linee guida sull'attività fisica pubblicate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), il rischio di mortalità si riduce del 10%. Si calcola che, nell'Unione Europea, ogni anno più di 100.000 morti premature potrebbero essere evitate se ogni adulto andasse a piedi o in bicicletta per 15 minuti in più al giorno. Sebbene la mobilità attiva possa incrementare l'esposizione ad agenti inquinanti o al rischio di infortuni, i benefici sono decisamente più grandi dei rischi in un rapporto di quasi nove a uno.

Il programma HEAT (Health Economic Assessment Tool) dell'OMS permette di stimare la riduzione della mortalità (in età 18-69 anni) in base ai giorni e ai minuti di mobilità sostenibile in bicicletta e a piedi.

[Health economic assessment tool \(HEAT\) for walking and cycling \(who.int\)](https://www.who.int/health-topics/health-economic-assessment-tool)

I dati PASSI stimano che il muoversi in bicicletta o a piedi anziché utilizzare l'automobile ha evitato l'emissione di 244.000 tonnellate di CO₂ all'anno in Piemonte e un risparmio complessivo di 318 decessi annui.

In Piemonte come nel resto d'Italia, l'incremento della mobilità attiva costituisce uno straordinario risultato di salute e di tutela ambientale.

Decessi evitati usando la bicicletta



Piemonte
142



Italia
1608

Decessi evitati andando a piedi



Piemonte
176



Italia
4810

Risparmio CO₂ usando la bicicletta



Piemonte
147000 t



Italia
1190000 t

Risparmio CO₂ andando a piedi



Piemonte
97000



Italia
1587600 t

A cura del Coordinamento regionale Sorveglianza PASSI Piemonte

Per informazioni sulle sorveglianze <https://www.epicentro.iss.it/passi>

Per informazioni sulla settimana europea della mobilità

mobilityweek.eu/home/

epicentro.iss.it/passi/dati/mobilita-attiva